

## *Fiche produit séjour*

# Au pays des Aravis

2 jours au refuge de l'Arpettaz (massif des Aravis / Val d'Arly)



### **Itinéraire:**

Venez vivre une nuit là haut dans un refuge douillet et confortable. Des paysages magnifiques, possibilité d'observer des chamois et des bouquetins non loin de là, tout une histoire de reblochon pour un séjour riche en émotions. 2 jours au cœur du Val d'Arly avec son architecture typique et en toile de fond, le majestueux Mont Blanc...

**Jour 1:** La Penne / Refuge du col de l'Arpettaz (1581 m)

Dénivelé + : 400 m Durée: 4h30

**Jour 2:** Randonnée à la journée pour découvrir le Val d'Arly, sa faune et ses somptueux paysages sur le Mont Blanc...

Dénivelé +: 200 m Dénivelé -: 600 m Durée: 5h30

Retour au véhicule vers 16h30.

Durée donnée à titre indicative, variable selon les conditions météo, neige et la forme physique des participants.

### **Hébergement:**

Refuge de montagne gardé très confortable (petit dortoir...)

### **Dates hiver 2023 / 2024:**

Dates à venir

Sur demande pour groupe déjà constitué de plus de 4 personnes.

### **Niveau:**

Toute personne en bonne forme physique et ayant déjà peu d'expérience de la randonnée en montagne.

### **Encadrement:**

Accompagnateur en montagne, diplômé d'état

1 accompagnateur en montagne pour un groupe 10 personnes maximum.

### **Lieu de rendez-vous:**

9h30 devant l'office de tourisme de Flumet

### **Prix par personne:**

Base de 4 personnes: 230 € / personne

Base de 5 à 7 personnes: 195 € / personne

Base de 8 à 10 personnes: 165 € / personne

Tarif groupe 3 personnes: supplément 30 € / pers (soit 260 € / pers)

Tarif groupe moins de 3 personnes ou plus de 10 personnes, nous consulter

### **Le prix comprend:**

Encadrement par un accompagnateur en montagne, demi-pension en refuge, pique nique du deuxième jour, matériel (raquettes à neige, bâtons + DVA\*, pelle, sonde).

\*DVA: Détecteur de Victime d'Avalanche

### **Le prix ne comprend pas:**

Transport jusqu'au lieu de rendez-vous du séjour, boissons, pique nique du jour 1

Assurance responsabilité civile et rapatriement obligatoire, assurance annulation fortement recommandée.

## **Matériel individuel avec nuit en refuge:**

- Chaussures de marche adaptées à la pratique de la randonnée en raquettes à neige (Chaussures chaudes et imperméables)
- Sac à dos (35 / 40 litres au minimum)
- Chaussettes chaudes
- 1 tee-shirt technique à manches longues
- 1 pull polaire
- 1 doudoune ou veste polaire chaude
- 1 pantalon imperméable (type Gore-tex)
- 1 caleçon long chaud
- 1 veste imperméable (type Gore-Tex)
- 2 paires de gants chauds et imperméables
- 1 bonnet
- Lunettes de soleil (catégorie 4), crème solaire, stick à lèvres
- 1 gourde (contenance: 1 litre minimum)
- Affaires de rechange pour le soir (tee-shirt manches longues, chaussettes chaudes, slip...)
- Lampe de poche ou frontale
- Pharmacie personnelle \*
- Nécessaires de toilette (prévoir le minimum / refuge équipé de douches)
- Pièce d'identité + argent
- Mouchoirs
- Guêtres

\* Pharmacie personnel: médicaments maux de tête, douleurs, allergies, diarrhée...traitement régulier, pansement seconde peaux en cas d'ampoules.

Votre accompagnateur en montagne est équipé d'une trousse de premier secours.

Prévoir un sac poubelle pour protéger vos vêtements de rechange se trouvant dans votre sac à dos.

### **Ce séjour est vendu par Montagnes, Nature & Hommes Séjour**

Adresse postale : BP 40039 – 73801 MONTMELIAN Cedex / Siège : 626, rte des Granges – 73110 – Le Pontet – tél : 06 03 86 27 04

[www.montagnesnaturehommes.org](http://www.montagnesnaturehommes.org)

[cedric@montagnesnaturehommes.org](mailto:cedric@montagnesnaturehommes.org)

N°SIRET : 537 911 067 00016 Code APE : 9499Z N°TVA intracommunautaire : FR 85 537911067

Immatriculation au registre des opérateurs de voyage : IM073160001

Garantie financière : GROUPAMA ASSURANCE-CRÉDIT, 8-10 RUE D'ASTORG, 75008 PARIS, FRANCE – contrat n°4000714316/0